

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Remaja atau *adolescence* merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa. Masa remaja merupakan salah satu periode penting dalam kehidupan manusia. Karena pada masa remaja, remaja mengalami tahap perkembangan baik secara fisik maupun psikologis (Sarwono, 2013). Menurut *The Health Resources Services Administrations Guidelines* Amerika Serikat rentang usia remaja terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun); remaja menengah (15-17 tahun); dan remaja akhir (18-21 tahun). Sedangkan ditinjau dari kejiwaan dan psikososial remaja, usia remaja dibedakan dalam dua kelompok usia, yaitu usia remaja muda (12-15 tahun); dan usia remaja penuh (16-19 tahun) (Kusmiran, 2011).

Masa transisi remaja dari masa kanak-kanak ke masa remaja melibatkan sejumlah perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Didalam perubahan sosio-emosional yang dialami remaja munculah beberapa masalah yang dihadapi remaja, dimana remaja mulai mencari kebebasan untuk mencari jati dirinya, mulai muncul konflik dengan orang tua, dan keinginan untuk menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya (Santrock, 2011). Banyak cara yang digunakan remaja untuk mencari kebebasan, menyelesaikan konflik dengan orang tua, dan menghabiskan banyak waktu dengan teman sebaya salah satunya dengan cara bermain (Syahrin, 2015).

Produk teknologi dalam dunia permainan yang muncul saat ini dan digemari di setiap waktu dikalangan remaja dari awal kemunculannya beberapa tahun belakangan hingga saat ini adalah *game online* (Young, 2009). *Game online*

adalah istilah umum yang digunakan untuk menyebutkan seseorang yang bermain permainan saat menggunakan *website*. *Game online* ini dapat dimainkan secara tunggal maupun *multiplayer* (Cefrey, 2010). *Game online* telah menjadi hiburan yang sangat populer di segala kalangan usia, terutama dikalangan anak muda (Jap et al, 2013). Terutama pada anak usia awal belasan tahun (Syahran, 2015). Karena semakin banyak para penyuka *game online*, dan semakin berkembangnya teknologi membuat para produsen *game online* menjadikan permainan ini bersifat *portable*. Sehingga dapat dimainkan di komputer, dan perangkat genggam lainnya (Young, 2009; Jap et al, 2013).

Selain menjadi hiburan *game online* juga memiliki masalah yang dapat ditimbulkan, diantaranya: *agresif*, cedera fisik, dan kecanduan. Pada penelitian yang dilakukan sebelumnya disebutkan bahwa remaja yang menggunakan *game online* akan lebih banyak masalah yang ditimbulkan dan beresiko sebagai *game online addiction* (Young, 2009). Kecanduan *game online* merupakan masalah yang sangat mengkhawatirkan (Jap et al, 2013). Pecandu *game* terkadang dapat bermain selama sepuluh, lima belas, atau dua puluh jam setiap harinya (Young, 2009). Para peneliti sebelumnya telah menunjukkan efek negatif yang akan terjadi pada seorang pecandu *game online* diantaranya: para *gamers* mengorbankan kehidupan yang lebih nyata, meninggalkan hobi, melupakan tidur, pekerjaan, pendidikan, bahkan hubungan dengan orang lain juga akan terlupakan, permusuhan pun dapat terjadi karena terlalu obsesinya dengan *game* tersebut. Dampak lainnya juga dapat menjadikan para *gamers* yang telah kecanduan akan merasa kurang perhatian, dan merasa kesepian (Kuss, 2013).

Kepopuleran *game online* di Indonesia dapat dengan mudah ditemukan karena banyaknya penyedia *game online* di Indonesia. Bahkan lembaga MURI

(*Museum Rekor Indonesia*) menyelenggarakan acara yang melibatkan ratusan peserta *gamers* untuk memecahkan rekor sebelumnya yaitu bermain *game online* selama 150 jam (Jap et al, 2013). Menurut Jap et al (2013) di dalam jurnal "*The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire*", dengan menguji 1.477 siswa SMP dan SMA dari beberapa sekolah yang ada di Manado, Medan, Pontianak, dan Yogya. Didapatkan hasil 10,15 persen (907 siswa SMP; 570 siswa SMA) dari 1.477 siswa yang diuji mengalami kecanduan *game online*. Data yang didapat ini sudah sangat mengkhawatirkan. Sebagai pembandingan di Korea kasus kecanduan game didapatkan data 2,4 persen dan 10,2 persen kasus di kalangan usia 9-39 tahun. Di Cina didapatkan data 13,7 persen remaja nya mengalami kecanduan internet. Sementara itu data dari United State dan Eropa menunjukkan bahwa 1,5 persen hingga 8,2 persen adanya kasus kecanduan internet.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 16 Februari 2016 secara wawancara dan observasi di warnet penyedia *game online* di Tlogomas kota Malang. Hasil wawancara ditemukan keluhan yang sering dialami oleh pemain *game online* pada remaja berusia 13-17 tahun diantaranya: satu orang mengeluh sakit pada mata, dua orang mengeluh nyeri kepala, dan satu anak mengeluh nyeri pada jari tangan, diantara mereka juga mengatakan terkadang lupa makan dan merasa pola tidurnya terganggu. Wawancara yang dilakukan peneliti kepada operator didapatkan hasil bahwa banyak anak sekolah datang ke warnet game pada jam sekolah. Sedangkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 21 Oktober 2016 di SMP Wahid Hasyim Malang dengan menyebarkan lembar observasi sebanyak 98 siswa didapatkan hasil

bahwa hampir keseluruhan siswa bermain *game online* meskipun dengan intensitas bermain yang berbeda-beda, hanya 2 siswayang tidak bermain *game online*.

Sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Neuman bahwa manusia merupakan gabungan dari konsep holistik (bio-psiko-sosio-kultural) dan sistem terbuka. Neuman juga meyakini bahwa keperawatan memperhatikan manusia secara utuh, sehingga perawat ikut bertanggung jawab untuk meningkatkan kesehatan seseorang baik fisik maupun mental (Potter & Perry, 2005). Jika, dipandang dari pendidikan kesehatan yang menjelaskan bahwa promosi kesehatan merupakan tanggung jawab keperawatan. Maka perawat pun bertanggung jawab untuk menyelesaikan dan mencari solusi terbaik untuk mengurangi kecanduan *game online* (Potter & Perry, 2009).

Menurut Gunarsa (2007) gejala perilaku yang menyimpang berhubungan erat dengan isi pikiran, karena sebuah perilaku muncul dari sebuah pemikiran. Menurut teori perilaku, perilaku timbul diakibatkan adanya stimulus internal dan eksternal, serta melibatkan komponen kognitif, afektif, dan motorik. Didalam pembentukan perilaku, perilaku dapat dibentuk salah satunya melalui insight (pengertian) yang merupakan gambaran dari teori belajar kognitif (Pieter; Janiwarti; Saragih, 2011). Sehingga terapi pendekatan kognitif merupakan terapi yang cocok dan sangat berguna untuk mengatasi masalah-masalah klien dari semua rentang usia, baik secara individu maupun kelompok (Nasir & Muhith, 2011).

Teori kognitif ini mengajarkan klien agar berpikir lebih realistis sehingga dapat mengurangi perilaku yang menyimpang (Gunarsa, 2007). Beberapa teknik terapi kognitif dapat diterapkan untuk mengatasi masalah-masalah klien, salah satunya adalah terapi *cognitive restructuring*. Terapi *cognitive restructuring* adalah terapi

yang membantu klien mengidentifikasi pikiran-pikiran irrasional, dan mengganti pikiran-pikiran tersebut menjadi pikiran-pikiran yang lebih rasional dan realistis. Teknik terapi *cognitive restructuring* ini merupakan teknik yang mengedepankan pada perubahan konsep pikiran (Nasir & Muhith, 2011).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka timbul permasalahan tentang kecanduan *game online* pada remaja, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian “Pengaruh *cognitive restructuring* terhadap perubahan perilaku *game online addiction* pada remaja usia 12-14 tahun di SMP Wahid Hasyim Kota Malang”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Penelitian ini untuk meneliti apakah ada pengaruh *cognitive restructuring* terhadap perubahan perilaku *game online addiction* pada remaja usia 12-14 tahun di SMP Wahid Hasyim Kota Malang.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Peneliti secara umum bertujuan untuk melihat pengaruh *cognitive restructuring* terhadap perubahan perilaku *game online addiction* pada remaja usia 12-14 tahun di SMP Wahid Hasyim Kota Malang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi perilaku *game online addiction* sebelum diberikan intervensi *Cognitive Restructuring*.
2. Mengidentifikasi perilaku *game online addiction* sesudah diberikan intervensi *Cognitive Restructuring*.



3. Mengidentifikasi pengaruh *Cognitive Restructuring* terhadap perubahan perilaku *game online addiction* pada remaja usia 12-14 tahun di SMP Wahid Hasyim Kota Malang.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat bagi peneliti**

Sebagai bahan penambah pengetahuan dan mengembangkan wawasan peneliti tentang *Cognitive Restructuring* untuk merubah perilaku *game online addiction* pada remaja.

##### **1.4.2 Manfaat bagi tempat penelitian**

Menjadi solusi untuk membina perilaku remaja yang maladaptif menjadi adaptif.

##### **1.4.3 Manfaat bagi institusi pendidikan**

Penelitian ini, diharapkan dapat menambah informasi serta wawasan kepada mahasiswa. Khususnya jurusan keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.

##### **1.4.4 Manfaat bagi peneliti lain**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan refrensi atau acuan bagi peneliti yang akan meneliti tentang *game online addiction* atau melakukan penelitian sejenisnya.

#### **1.5 Keaslian Penelitian**

1. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Affandi (2013) tentang pengaruh *game online* terhadap tingkat efektivitas komunikasi interpersonal pada kalangan pelajar kelas 5 SDN 009 Samarinda. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *game online* sebagai variabel independent dan efektivitas komunikasi interpersonal sebagai variabel dependent. Kesimpulan

dari penelitian ini terdapat pengaruh *game online* terhadap tingkat efektivitas komunikasi interpersonal pada kalangan pelajar. Perbedaan pada penelitian Affandi dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.

2. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Ariani (2012) tentang hubungan kecanduan *online game* dengan depresi pada remaja laki-laki pengunjung *game centre* di Kelurahan Jebres. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecanduan *online game* sebagai variabel independent dan depresi pada remaja laki-laki sebagai variabel dependent. Kesimpulan dari penelitian ini terdapat hubungan positif antara kecanduan *online game* dan depresi pada remaja di Kelurahan Jebres. Perbedaan pada penelitian Ariani dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.
3. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Sanditaria (2012) tentang adiksi bermain *game online* pada anak usia sekolah di warung internet penyedia game online Jatinangor Sumedang. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah adiksi bermain *game online* sebagai variabel independent dan anak usia sekolah sebagai variabel dependent. Kesimpulan dari penelitian ini adalah dari 71 responden didapatkan hasil 38% responden termasuk tidak adiksi dan 62

% responden termasuk dalam kategori adiksi, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat adiksi dapat terjadi pada anak usia sekolah. Perbedaan pada penelitian Sanditaria dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.

4. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan Zahara (2015) tentang pengaruh *self control*, komunikasi interpersonal dan pola asuh permisif terhadap adiksi *game online* pada remaja. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *self control*, komunikasi interpersonal dan pola asuh permisif sebagai variabel independent dan adiksi *game online* sebagai variabel dependent. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara *self control*, komunikasi interpersonal dan pola asuh permisif terhadap adiksi *game online* pada remaja. Perbedaan pada penelitian Zahara dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.
5. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Umaru et al (2014) tentang *the effect of cognitive restructuring intervention on tobacco smoking among adolescents in senior secondary school in Zaria Kaduna State, Nigeria*. Variable yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring intervention* sebagai variabel independent dan *tobacco smoking among adolescents* sebagai variabel dependent. Kesimpulan dari penelitian ini adalah intervensi *cognitive restructuring* secara



signifikan mempengaruhi penghentian penggunaan tembakau. Perbedaan pada penelitian Umaru et al dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.

6. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ahla (2014) tentang Efektivitas Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Mereduksi Tingkat Kecemasan Menghadapi Tes Pada Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri Sidoarjo. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik restrukturisasi kognitif sebagai variabel independent dan mereduksi tingkat kecemasan menghadapi tes sebagai variable dependent. Kesimpulan dari penelitian ini adalah teknik restrukturisasi kognitif efektif dalam mereduksi tingkat kecemasan saat menghadapi tes pada siswa kelas VIII MTsN Sidoarjo yang ditunjukkan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil pre test dan post test. Perbedaan pada penelitian Ahla dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.
7. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wardani (2009) tentang Mengurangi Persepsi Negatif Siswa Tentang Konselor Sekolah dengan Strategi Pengubahan Pola Pikir (*Cognitive Restructuring*). Variable yang digunakan dalam penelitian ini adalah strategi pengubahan pola piker (*cognitive restructuring*) sebagai variable independent dan mengurangi persepsi negatif siswa tentang

konselor sekolah sebagai *variable dependent*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh pemberian strategi perubahan pola pikir (*cognitive restructuring*) dalam mengurangi persepsi negatif siswa terhadap konselor sekolah. Perbedaan pada penelitian Wardani dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.

8. Penelitian yang dilakukan Fadhilah (2013) tentang Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Harga Diri (*Self Esteem*) Peserta Didik. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik restrukturisasi kognitif sebagai variabel independent dan meningkatkan harga diri (*Self Esteem*) sebagai variabel dependent. Kesimpulan dari penelitian ini adalah teknik restrukturisasi kognitif efektif untuk meningkatkan harga diri peserta didik. Perbedaan pada penelitian Fadhilah dengan penelitian ini adalah variabel, dan tempat penelitian. Variabel yang saya gunakan dalam penelitian ini adalah *cognitive restructuring* sebagai variabel independent dan perubahan frekuensi perilaku *game online addiction* sebagai variabel dependent. Tempat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP kota Malang.